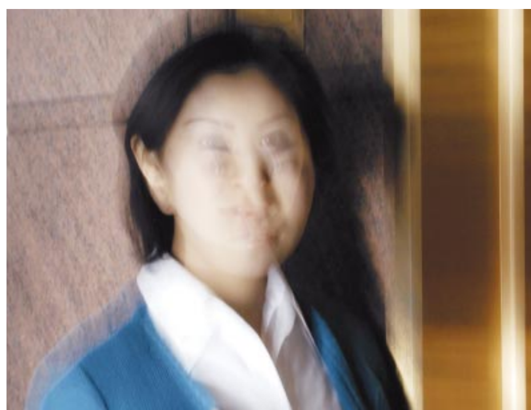
短期集中講座

はじめてのデジカメ教室

第1回 ピンぼけ、手ぶれ写真を追放！！

●デジカメはぶれやすい？



「デジカメってブレやすいんだよねっ」。こんな印象を持っている人は、意外に多いのでは？ デジカメならではの使い方を修得すれば失敗はかなり防げる

デジタルカメラを思い通りに使いこなせていないと感じている読者は、多いのではないだろうか。そこで写真撮影の基礎知識とデジカメならではの使い方を全6回で紹介する。今回はデジカメ上達の最初の一歩として、操作上つまずきやすい点について解説してこう。（茂木 龍太）

まずはカメラの正しい持ち方/構え方

光学ファインダー



両脇をきちんと締めるという要領は銀塩カメラと同じ。左手はレンズにかからないように気をつけ、右手はシャッターボタンを押す人差し指以外を使いきちんと固定する

液晶ディスプレイ



液晶ディスプレイを使うと、写真で分かるように不安定な姿勢になりがち。まずは光学ファインダーできちんと撮れるようになってから使うようにしたい

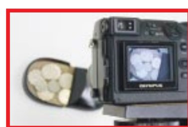
●視差に注意





手ぶれをなくす点では有利な光学ファインダーだが、撮影距離によっては見えたものと写ったモノが異なる視差（パララックス）がおこる





視差がない点では優れている液晶ファインダーだが、機種によっては焦点のポイントが合わないことがある。取扱説明書などを読んで注意したい

モデルがどんなにいい表情をしていても、構図に凝っても、ピンぼけや手ぶれをすると写真としては失敗だ。デジカメを銀塩カメラと同じ要領で使うと失敗することが多い。まずはデジカメの仕組みを理解して失敗を減らそう。なお、記事中ではオリンパス光学工業の「C-3040ZOOM」を使用した。ほとんどの製品が備えている機能を中心に解説したので、比較しながら操作のコツをつかんでほしい。

慣れるまでは光学ファインダーで

デジカメで手ぶれ写真が多くなる原因の一つが、カメラの持ち方にある。デジカメを使うと、その特徴である液晶ディスプレイを見ながら撮影をしたくなる。しかし、左の写真のようにカメラ本体をしっかり持っても不安定な姿勢になってしまう。液晶ディスプレイを見ながら撮影するときは、光学ファインダーに比べて、かなり意識しないとカメラを固定することは難しい。写真を撮ることに慣れるまでは、光学ファインダーを使って撮ることをお勧めする。

ただし例外もある。撮影対象物である被写体までの距離が短いときは、ファインダーで見た状態と、実際に撮影したものが異なることがある。これを「視差」または「パララックス」という。このときは、持ち方に

撮影：村田 和聡　モデル：諸星 結　撮影協力：恵比寿ガーデンプレイス

注意した上で、液晶ディスプレイを使いたい。なおカメラによっては、この視差を防ぐために光学ファインダーの中に補助線が引いてあるものもある。

また、縦位置で撮影するときは、片方の脇が開いてしまうのは仕方がないが、残った方の脇、肘は締めて動かないようにしよう。もう一方の手は下に向かって軽く押さえつければ、確実に固定できる。暗い場所やズーム倍率を上げて撮影するときは、壁や街路樹などを利用するとよい。体を押しつけ固定すれば、思いのほか動かないものだ。

デジカメ特有のタイムラグに注意

被写体を画面の真ん中に入れて、シャッターを一気に押している分には気が付かないが、焦点を合わせる仕組み「オートフォーカス」の行われる位置とタイミングを知ることで、ピンぼけ写真は防げる。

作例のようにちょっと構図に凝って人物を脇に置いた写真、またよくあるのが人物を2人並んだ状態でピントが後ろの背景に合ってしまうケースだ。デジカメでは「オートフォーカス」といって自動的に焦点を合わせるようになっている。このときカメラが焦点を合わせる位置はファインダーの中心部だ。つまり、ピントを合わせたい被写体を画面の中心に置かなければならない。

しかしこれでは構図上、不便なことがある。この様なときは、シャッターボタンを少し押す「半押し状態」にすることで、シャッターを切らずに、オートフォーカスだけを働かせる「フォーカスロック」が使える。この半押しの状態のまま、構図を決めてシャッターボタンを押し切ればいい。

また、デジカメ特有の話でオートフォーカスにかかる時間が長いことが挙げられる。これは銀塩カメラのフィルムに比べて、同様の働きをするCCDの面積が小さいためだ。より高い精度で調整を行う必要があり、フ

●縦位置での撮影



縦位置の撮影時は、下にくる腕(通常は左腕)をきちんと固定する。上にくる腕で、カメラを下に軽く押さえつけるようにする

●壁を使って体を固定



暗い場所やレンズを望遠にして撮るときは、建物の壁や街路樹などを使って体を固定すれば、手ぶれを防げる

オートフォーカスを上手に使う

●あれっ? 人物にピントが合わない…



どんなに凝った構図でもピントが合っていなければ、写真としては失敗。オートフォーカスのタイミングを理解してイメージ通りの写真を撮ろう

●半押しして焦点を合わせる

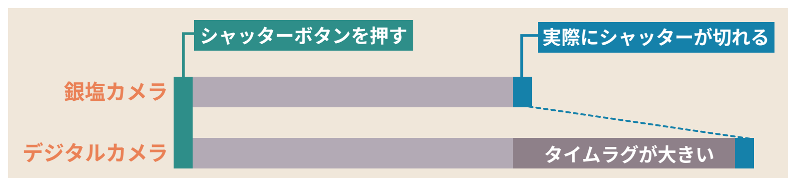


シャッターボタンを軽く「カチッ」とするまで押し込む。モーターが動作する音がして、焦点が合う。ピントを合わせたい被写体は、画面の真ん中に置く



焦点が合ったら、シャッターボタンを半押しのまま構図を決めよう。この方法は、人物が2人並んだ写真を撮るときにも応用できる

●シャッターのタイムラグが手ぶれの一因

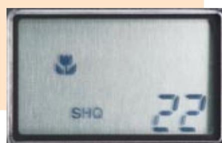


意外に広いマクロモードが使える範囲



花を撮るときなど、近距離での撮影時にマクロモードを使う





マクロモードの設定はチューリップをデザインしたマークのボタンを押すのが一般的。中にはメニュー画面から選ぶ機種もあるので要注意

マクロモード





マクロモード（左）を使って撮影すればピントはきちんと合う。一方、通常モード（右）で撮影した写真はぼけた写真になってしまった

感度設定の落とし穴



銀塩フィルムのISOに相当するデジカメの感度を上げれば、シャッター速度が速くなり手ぶれによる失敗が防げる



ISO100相当



ISO400相当（高感度）



しかし、感度を上げると暗い色の中に明るく光るノイズが混じったり、表面がざらついた感じになる。これを理解した上で使いたい

ォーカスが合うまでに時間がかかってしまう。フォーカスロックをしてから、実際にシャッターが切れるまでの時間は特に問題にはならない。デジカメで写真を撮るときは、常にフォーカスロックしてからシャッターを切るように心がけたい。

マクロの撮影可能範囲をチェック

「マクロモード」というと、虫眼鏡で対象物を見るぐらい近付いて使うというイメージがあるかもしれないが、意外にその撮影範囲は広い。製品によるが、10数cmから1m弱ぐらいまでが一般的だ。子供や赤ん坊の表情をアップで撮るときなどは、十分にマクロ撮影の範囲になる。

ほとんどの機種で、マクロモードの設定は、チューリップをデザインしたボタンを押すだけだ。これで、液晶ディスプレイなどに同じマークが表示される。撮影が終わったら、同じボタンを押して必ず元の状態に戻しておくこと。通常の撮影時にピントが、合わなくなってしまう。

シャッター速度を速くすれば、手ぶれによる失敗はいくらか防げる。しかし、シャッター速度を速くしただけでは光量が足りなくなり、暗い露出不足の写真になってしまう。そこで感度設定を上げる方法を使ってみよう。感度は、銀塩フィルムのISOに相当する値で表示されることが多い。ISO100をISO400にするとシャッター速度で1段分速く切ることができる。

デジカメの高感度化は電気的処理で実現しており、代償としてノイズが増えるという欠点がある。注意してみないと分かりにくいが、暗い部分に光る点が混じったり、ざらついた画面になったりする。それでも、手ぶれを起こすよりはましなので、デメリットを理解した上で、デジカメの撮影に慣れるまでは、感度を高く設定しておくほうがよいだろう。

最後に、デジカメ上でのピントの確認について。デジカメの液晶ディスプレイは撮影直後に画像を確認できる銀塩カメラにはない便利な機能だ。ただしディスプレイのサイズが小さく、解像度が低いためピントが合っているかどうかの確認には使いづらい。そこで、拡大再生モードを利用する。

拡大率は3倍程度だが、チェックするポイントに気を付ければなんとか実用になる。人物の瞳や、髪の毛、顔の輪郭など。風景を撮影したときは看板の文字などを見れば、ピンぼけか否かが分かりやすい。

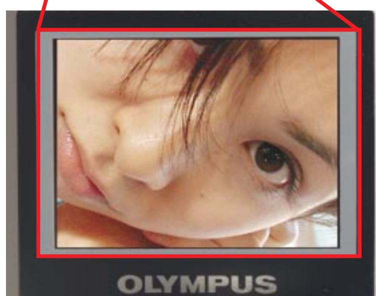
写真の基本は、ピンぼけ、手ぶれをなくすこと。以上の写真撮影に関する一般的なこと、デジカメ特有の仕組み、ノウハウを理解して撮影を楽しんでほしい。

カメラ上でのピント確認方法





ピントが合っているかどうかは、カメラの液晶ディスプレイでは確認しづらい。そんなときは、再生モードにして「虫眼鏡」マークで拡大する



チェックポイントは人物の顔や造形物の輪郭線、髪の毛、看板の文字など。細かな線で構成されている部分を見ると分かりやすい

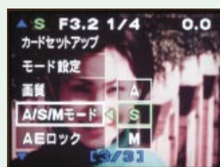
デジカメ機能をフル活用(撮影モード編)

多くのユーザーは、「絞り」と「シャッター速度」をカメラが自動的に決める「プログラムモード」を使っているだろう。しかし、絞りとシャッター速度を自分で調整すると、プログラムモードでは難しい、凝った写真が撮れる。ここでは「シャッター速度優先モード」と、「絞り優先モード」の効果を作例を交えて紹介する。

シャッター速度は、シャッターが開いている時間を表す。シャッター速度を速く(シャッターが開いている時間を短く)すれば、動きの激しい被写体を的確に止められる。逆に遅く(長く)すれば、静止画しか写せない写真で動きを表現することができる。

一方、絞りを変えることで、奥行き方向のピントが合う範囲が調整できる。絞りの値(F値)を大きくすると、ピントが合う範囲が広くなる。普通に考えるといいことのように聞こえるかもしれない。しかし、下の作例で分かるように人物を撮影するポートレートなどでは、絞りを開けて(F値を小さくする)見せたいものだけにピントを合わせ、背景をぼかした方が被写体を強調した写真になる。





通常使うプログラムモード(P)のほかに、絞り優先(A)、シャッター速度優先(S)、マニュアル(M)モードがある





動きのある被写体では、シャッター速度を効果的に使うとおもしろい写真が撮れる。流れる水を撮ったときは速いシャッター速度(左)でも、遅くても(右)肉眼では見られない内容が写せる





絞りを開けるとピントが合う範囲が狭くなり、絞ると逆に広くなる。ポートレートなどでは人物だけにピントが合っている方(左)が、人物を効果的に見せることができる